

Partagez vos plus beaux souvenirs  
en taguant vos photos avec  
#LESVALLÉES et #MYPLAYGROUND

LESVALLÉES.FRANCE @LESVALLÉES OFFICIEL

# Les Vallées

#myplayground

## ÉTÉ | SUMMER 2021

Partez à la rencontre du plus grand et plus beau lac de la Vallée des Belleville, via un sentier accessible pour toute la famille. À l'arrivée, le refuge du Lac du Lou, niché dans un vallon préservé, vous permettra une halte gourmande bien méritée avant la redescente.

Come and discover one of the biggest and most beautiful lake in the Vallée des Belleville, on a route that is suitable for the whole family. When you arrive at the Lou Lake mountain refuge, nestled in an unspoilt valley, enjoy a well-deserved meal before setting off back down.

Vous serez séduits par la fraîcheur de sa forêt, de son torrent et de ses pelouses ensoleillées. Vous pourrez traverser le lac d'un bleu turquoise envoûtant, grâce à sa longue passerelle de bois accessible à tous puis profiter d'un pique-nique au bord de l'eau.

You will enjoy the freshness of the forest and the river as well as sunlit meadows. You can cross the enchanting turquoise blue lake on a wooden walkway which is accessible to everyone and then enjoy a picnic on the lakeside.

Porte de la réserve naturelle, qui s'étend du lac de Tueda au glacier de Gébroulaz, ce site de rêve vous fera découvrir la faune et la flore alpines.

This perfect setting is at the entrance to the nature reserve, stretching from Tueda Lake to the Gébroulaz Glacier. It's the ideal place to discover Alpine wildlife. If you so wish, you can also go fishing, or go for a bite to eat at the restaurant under the Maison de la Réserve, or fill your basket with some of the dairy products made there.



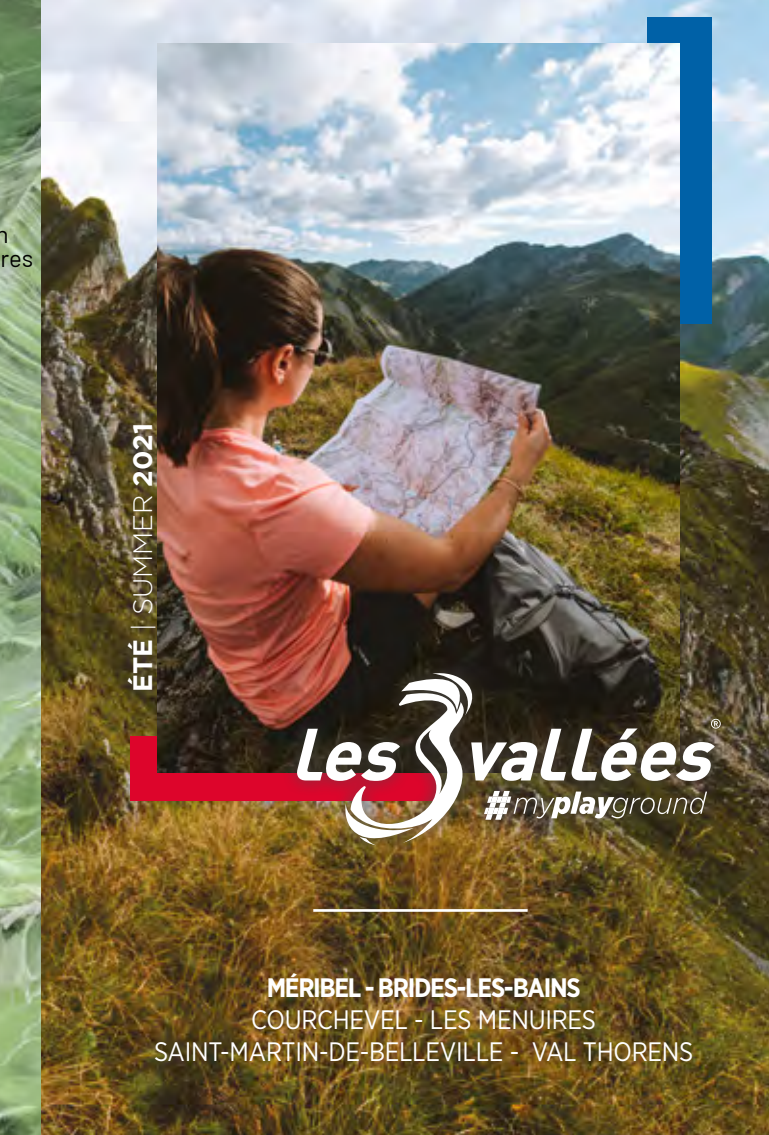
CIRCUIT / CIRCUIT	TEMPS / DURATION
<b>VALLÉE DE COURCHEVEL</b>	
A 1	PROMENADE CONFORT Torrent et lac de La Rosière 1h00 BOUCLE
B 2	Le Praz - Montcharvet La Jauraz 2h00 BOUCLE
C 5	Lacs Merlet 1h30 AR
D 8	Petit Mont Blanc 7h30 AR
E 4	Arête de la Saulire - Col du Fruit 3h30 BOUCLE
F 7	Dent du Villard 4h30 AR
G 31	Chemin du moulin de Villafou 1h45 BOUCLE

CIRCUIT / CIRCUIT	TEMPS / DURATION
<b>VALLÉE DE MÉRIBEL (VOIR DÉTAILS AU VERSO)</b>	
H 11	PROMENADE CONFORT Tour du Lac de Tueda 0h30 BOUCLE
I 4	Circuit des Villages 2h30 AR
J 1	Sentier des Baigneurs (reliant Brides et Méribel) 2h30 AR
K 3	Le Col de la Loze par le Pic Noir 3h00 AR
L 3	Le Col de la Lune 4h30 AR
M 3	Les Lacs Mont Coua 8h00 AR
RS 10	Le Col du Fruit par les Crêtes de Saulire 5h00 AR (ITINÉRAIRE ROUGE PLUS BLEU)

CIRCUIT / CIRCUIT	TEMPS / DURATION
<b>VALLÉE DES BELLEVILLE</b>	
O 12	Lac du Lou Les Menuires Val Thorens 2h15 AR
P 55	Boucle Saint Marcel 1h30 AR
Q 17	Sentier Balcon 3h45 Aller et 5h AR
R 19	Circuit des Lacs de Val Thorens 1h30 AR
S 4	Pas de Cherferie 5h00 AR
T 41	Lac de Montalever 2h00 AR
U 18	Lac Blanc 2h30 AR

Info : certains numéros de sentiers étant identiques dans les vallées, nous les avons distingués par un lettrage. Au verso, seuls les numéros demeurent.  
Info : as some path numbers are the same, but in different valleys, we have used letters to distinguish between them

### CARTE TOURISTIQUE SENTIERS DÉCOUVERTE TOURIST MAP / DISCOVERY TRAILS



HORAIRES REMONTÉES MÉCANIQUES LIFTS TIMETABLES	Dimanche Sunday	Lundi Monday	Mardi Tuesday	Mercredi Wednesday	Jeudi Thursday	Vendredi Friday	Samedi Saturday
--	--------------------	-----------------	------------------	-----------------------	-------------------	--------------------	--------------------

VALLÉE DE COURCHEVEL   DU 04/07 AU 27/08	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
TPH SAULIRE 9h30 - 16h30	●	●	●	●	●	●	●
TC VERDONNS 9h30 - 16h40	●	●	●	●	●	●	●
TC PRAZ 9h30 - 16h45	●	●	●	●	●	●	●
TC LA TANIA (GRATUIT) 9h30 - 12h30 / 13h30 - 16h45	●	●	●	●	●	●	●

VALLÉE DE MÉRIBEL   DU 03/07 AU 27/08	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
TC TOUGNÈTE 1 9h30 - 16h30	●	●	●	●	●	●	●
TSD TOUGNÈTE 2 9h40 - 16h30	●	●	●	●	●	●	●
TC PAS DU LAC 1 & 2 9h30 - (1) 16h40 / (2) 16h30	●	●	●	●	●	●	●

LES MENUIRES / SAINT-MARTIN   DU 03/07 AU 27/08	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
TC ROC 1 9h30 - 12h45 / 13h30 - 16h30	●	●	●	●	●	●	●
TC BRUYÈRES 1 9h30 - 12h45 / 13h30 - 16h30	●	●	●	●	●	●	●
TC SAINT-MARTIN 1 TSD SAINT-MARTIN EXPRESS 9h30 - 12h45 / 13h30 - 16h30	●	●	●	●	●	●	●

VAL THORENS   DU 05/07 AU 27/08	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
TC CAIRN 10h - 15h30	●	●	●	●	●	●	●
TC CARON 10h - 15h20	●	●	●	●	●	●	●
TPH CARON 10h15 - 15h30	●	●	●	●	●	●	●
TSD MOUTIÈRE 10h - 16h	●	●	●	●	●	●	●

TARIFS ÉTÉ 2021 LIFTS RATES	Les Vallées	Adulte 13 à 74 ans	Enfant 5 à 12 ans	Trio* 3 pers.
1 JOUR 1 day	●	18,00 €	11,00 €	-
1 SEMAINE (7 jours) 1 week (7 days)	●	54,00 €	33,00 €	141,00 €
SAISON saison	●	163,00 €	112,00 €	-

\* Prix TRIO pour 3 personnes. Personne supplémentaire = tarif enfant. 1 seul règlement pour la totalité du groupe. / Price for 3 people. Extra person = Child rate. 1 single payment for the group. Gratuite pour les - 5 ans et les + 75 ans / Free for - 5 years old and + 75 years old

MOBILITÉ / ACCESS	DIFFICULTÉ / LEVEL	POINTS D'INTÉRÊT / POINTS OF INTEREST
À pied On foot	Très facile Very Easy	Refuges Chalets and refuges
En télésiège By chairlift	Facile Easy	Vallées et Réserves Naturelles / Nature Reserves
En télécabine By gondola	Difficile Difficult	Lacs Lakes
En téléphérique By cable car	Très difficile Very difficult	Glaciers Glaciers
En voiture By car		Panoramas Panoramic views
En navette By bus		Limite Parc National de la Vanoise Vanoise National Park
Bascules 3 Vallées 3 Vallées Links		Sommets Summits
		Églises et Chapelles Churches and chapels
		Musées Museums
		Patrimoine Local heritage sites
		Ville thermale Spa town
		Fermes Farms
		Via Ferrata Via Ferrata
		Spot photo Spot photo

Les éléments de ce plan ne sont pas contractuels et peuvent varier selon l'évolution de la crise sanitaire.  
This map is not contractual and may vary depending on the evolution of the health crisis

Credits photos : Arthur Bertrand - Les 3 Vallées, Sylvain Aymoz - Méribel Tourisme, Courchevel Tourisme, Ludovic - Office de Tourisme Val Thorens, David André, V.Lotterberg - Office de Tourisme Les Menuires



